pagina tuturor sporturilor

MILIONARI IN FIECARE LUNA FACE COLECTURA LOTERIEI DE STAT CAMPUS & BASSA
CALEA VICTORIEI No. 14, GRIVIȚEI No. 215, B-DUL ELISABETA No. 1, B-DUL FERDINAND No. 87, VĂCĂREȘTI No. 46 • AGENȚII IN TOATĂ ȚARA • PROVINCIA PRIN CEC SAU MANDAT POȘTAL FĂRĂ SPEZE DE PORTO

NATAȚIE

Învățați înnotul „Crawl"

Curs popular în zece lecțiuni pentru uzul începătorilor

de Tudor VOINA

Lecția a patra

Palmele se țin închise, nu deschise!

Se vor repeta lecțiile precedente vreme de jumătate oră. Repetițiile au drept scop o execuție cât mai bună a atacului brațului, a lunecării și a bătăii picioarelor. Elevul va executa mișcările cu maximum de suplețe posibilă. Va trebui după aceste lecțiuni să aibe încredere în sine, să bată picioarele corect, să știe să plutească, în fine să aibe autoîncredere.

După ce va cunoaște bine mișcările, elevul va încerca să acopere distanțe mici, cu capul afară și cu ajutorul unei planșe de scândură.

Această planșă va avea 1 m. 20 cm. lungime, 40 cm. lățime și 3 sau 4 cm. grosime.

Scândura va fi apucată de cele două laturi, brațele vor fi bine întinse, la înălțimea umerilor (figura 15) iar capătul scândurei va ajunge sub umeri.

Fig. 15

Cu planșa se vor parcurge de 10-20 ori lățimea sau lungimea bazinului, bătându-se picioarele. Capul fiind afară, respirația va fi ușoară. Se va căuta o respirație normală, adică neaccelerată. Respirația simplă scutește de oboseală.

Această respirație nu este încă ceiace se numește respirația tehnică ci lecția se concentrează pur și simplu pe echilibrul corpului în apă.

LECȚIA A CINCIA

Lecțiile precedente vor fi repetate în ordinea următoare:

1. Regăsirea echilibrului corpului, poziția pe spate, capul la înălțimea nivelului apei.
2. Bătaia picioarelor.
3. Poziția pe piept, mâinile pe fundul bazinului sau pe o treaptă, bătaia picioarelor.
4. Lunecări cu capul în apă.
5. Poziția pe spate, atacul brațelor.
6. Lunecări, capul în apă, bătăi de picioare.

Odată aceste exerciții bine studiate, elevul va putea parcurge ușor 50-200 m. cu planșa. Toată atenția la bătaia picioarelor, căci să nu se ignoreze că tot secretul crawlului stă în bătaia picioarelor.

Dealtfel, recoandăm celor care vor să se dedice crawlului, să lucreze bătaia picioarelor și în afara bazinului, întinși pe pat sau pe un scaun.

LECȚIA A ȘASEA

Se vor face repetiții pentru lecțiile precedente. Cu această lecție trecem la atacul brațelor.

Se va căuta un loc unde apa ajunge la nivelul pieptului. Picioarele vor fi bine proptite pe fundul bazinului pentru o stabilitate perfectă. Capul va fi la nivelul apei iar privirea la dreapta. Brațul drept și umărul bine întinse spre spate, iar palma întoarsă în sus. Incheieturile vor fi lăsate moi.

Mâna stângă va fi întinsă în apă, la 20 cm. adâncime (Figura 16)

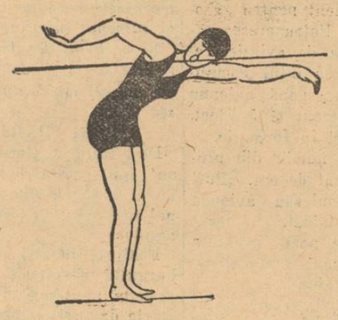
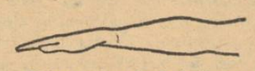


Fig. 16

Este exact poziția de plecare la atacul brațelor Apoi începe mișcarea adevărată. Brațul drept va fi ridicat, fără să atingă apa, deasupra capului, se va întinde până la nivelul apei, se va afunda și cu o mișcare de rotație sub apă, va reveni la poziția inițială.

In momentul când brațul drept începe atacul, brațul stâng trage în profunzimea apei și mișcarea merge cu rotație.

Acest exercițiu va fi repetat zece minute. Elevul își va concentra atenția ca mișcarea să fie întocmai cum o arată ilustrația noastră.



Mâna se va întinde bine

In timpul exercițiului elevul se va obișnui să respire la dreapta și să elimine aerul pe partea stângă. Capul face deci o mișcare dela dreapta la stânga și înapoi. Exercițiul se va face încet, fără efort.

Innotătorii din Tg. Mureș sosesc la 18 Iulie în Capitală

D. ing. Komyati din conducerea Clubului Sportiv Tg. Mureș ne-a informat că echipa de înotători a clubului mureșan va sosi în Capitală între 18-21 Iulie. Formația ardeleană cuprinde valorile însemnate ale natației românești. Lotul cuprinde 20 de înotători; se vor organiza trei reuniuni în Capitală.

Cupa Mihail Savu se dispută la sfârșitul lunii la Tg.-Mureș

La sfârșitul acestei luni va avea loc la Tg. Mureș, Cupa «Mihai Savu» în organizarea clubului local. La acest concurs, socotit cel mai mare din natația românească, vor participa cluburile fruntașe din România

In afară de Clubul Ilsa din Timișoara, Universitatea din Cluj și o formație din Oradea, mai participă clubul Viforul Dacia. Mai este probabilă participarea unui lot de juniori ai clubului Nautic Român.

VOLLEY-BASKET

Eri nu s'a jucat nici un match

Eri urma să se joace matchul de basket cat. I-a între V. S. C. și A. C. T. Din cauza neprezentării ultimei echipe matchul a fost câștigat de V. S. C. prin forfait. La rezerve urmau să se întâlnească Telefoane cu A. C. T., însă A. C. T.-ul forfaitând pe toată linia a dat câștigător pe Telefoane.

REZULTATELE TEHNICE

V. S. C.—A. C. T. 2-0 (forfait).

Telefoane (rezerve) — A. C. T. (rezerve) 2-0 (forfait).

ATLETISM

Reuniunea de ieri dela A.N.E.F

Două noui recorduri naționale și unul regional

Constantin Radu Ioniță (Viforul Dacia) la 2000 m. seniori și Grigore Todiriu (Victoria) la 5000 m. juniori au fost eroii zilei

In proba oficialilor Nicolae Cucu a învins pe Ion C. Petrescu

Pe stadionul ANEF a avut loc eri o reuniune atletică cu caracter de consolare, la care au lipsit cei mai buni atleți din Capitală, dintre care Dinu Cristea (StR), Ferdinand Calistrat (V. Dacia), Carol Eilhardt (V. Dacia), Yost (VD), R. Popescu (VD), Cristorian (VD), Iordache (St. R.), Schullery (St. R.) și alții, plecați fie la muncă de interes obștesc, fie la mare.

Desigur că fără aceșit atleți, rezultatele au fost influențate.

Nu a mai fost ploaie de recorduri de acum trei săptămâni din Campionatele regionale.

Cu toate acestea Constantin Radu Ioniță (Viforul Dacia) alergând în compania lui Ion Lăpușan (Metropola) și Ahmet Suliman (St. R.) la proba de 2000 m. a stabilit un nou record național cu performanța de 5.45,4, vechiul record fiind 5,54,2 deținut de Ion Lăpușan, încă din anul 1932.

Timpurile intermediare au fost 500 m. — 1.20, 1000 m — 2.45, 1500 m. — 4.17.

Al doilea record național este a lui Grigore Todiriu din tânăra grupare Victoria care a terminat 5000 m. juniori în timpul de 1i,54.

Cu acest timp se stabilește primul record național, categoria juniori și care este foarte bun.

Todiriu este o mare speranță a fondului românesc care în momentul de față trece printr'o mare criză.

Dintre celelalte rezultate trebue relevat victoriile lui: Nemeș (St. R.) la 500 m. seniori, care a învins de puțin pe Ahmet (St. R.) și Lăpușan (Metropola), prezentat mult prea gras și neantrenat; a lui Ludu (Venus), care a trecut foarte ușor 172 cm. și a capotat de puțin la 177 cm.; a lui Havaleț (Metropola) la aruncarea discului cu performanțele de 45 m. 43 cm., dovedind a fi mereu în formă constantă.

Dintre juniori au ieșit în evidență: internaționalul Anton Cristea (Venus) care și-a însușit cele două probe de sprint, Alexandru Stelorian (Viforul Dacia), care a terminat în stil impresionant 400 m., Cont (Venus) un atlet de mare viitor ca demifond. Sucitu pentru cursa de 1500 m., dar a făcut greșeala să alerge după aceia 800 m. și a fost învins, Clement Baciu, care a sărit 300 cm. la săritura cu prăjina stabilind un nou record regional, care era tot proprietatea lui cu 295 cm., Iosef Toth (Venus) și Valentin Gușacev (Viforul Dacia) doi amatori în devenire.

Probele de fete nu s'au bucurat de o afluență prea mare, iar rezultatele sunt mediocre.

Ar trebui înainte de a se prezenta la startul unei probe ca tinerele atlete să se pregătească spre a nu dărâma o idee sănătoasă.

In probele oficialilor, una a fost terminată cu victoria lui Nicolae Cucu (Viforul Dacia), fost campion național de marathon, asupra lui Ion Petrescu (Victoria) asul fondului românesc în 1926.

A mai concurat și domnul Vasile Dinescu (VD) de 54 ani.

Organizarea nu a fost la înălțimea celorlalte reuniuni precedente decoarece o parte din oficiali au lipsit.

Trebue remarcate o mulțime de lacune printre care și aceia a cronometrajului.

Este imposibil de exemplu ca 5 atlete, care au terminat la cursa de 100 m. plat juniori pe o distanță de aproape 2 m. separați de comisarii sosirii să fie creditați cu timpul de 11.4.

De altminteri acest cronometraj făcut în țara noastră este înfierat la concursurile internaționale de peste graniță, la care iau parte sprinterii noștri.

Jocurile Balcanice sunt o mărturie vie a acestora.

Rezultatele technice

10.000 m. PLAT: 1. I. Tărtăreanu (V. D.) 35.32; 2. Gh. Opran (V. D.) 39.29.

110 m. GARDURI JUNIORI: 1. F. Garay (V. D.) 20.5; 2. C. Baciu (Venus) 21.2.

110 m. GARDURI SENIORI: 1. D. Negru (V. D.) 17.7; 2. V. Serbacov (V. D.) 19.3; 3. Blok (V. D.) 19.4; 4. F. Nemeș (St. R.) 21.

1.500 m. PLAT JUNIORI: 1. N. Sucitu (V. D.) 4.32.2; 2. I. Rențea (V. D.) 4.39.8; 3. S. Popescu (St. R.) 4.40; 4. R. Marinescu (Venus) 4.46.8.

GREUTATE FETE: 1. L. Teodorescu (Venus) 7.20; 2. Z. Manolescu (Victoria) 6.20; 3. N. Grozoiu (Vict.) 5.96.

GREUTATE JUNIORI: 1. I. Toth (Venus) 10.49; 2. V. Gușacov (V. D.) 10.34; 3. I. Ghimbău (V. D.) 9.17.

GREUTATE SENIORI: 1. N. Gurău (V. D.) 13.60; 2. St. Ciaclani (Venus) 12.62; 3. D. Negru (V. D.) 11.52.

2000 m. PLAT SENIORI: 1. R. Ioniță (V. D.) 5.45.4 rec. naț.; 2. S. Ahmed (St. R.) 5.56.

500 m. PLAT FETE: 1. L. Teodosescu (Venus) 1.41.3; 2. D. Plăvițescu (Venus) 1.48; 3. I. Bădărcea (Vict.) 1.53.

500 m. PLAT: 1. F. Nemeș (St. R.) 1.12; 2. S. Ahmed (St. R.) 1.12.6; 3. I. Lăpușan (Metrop.) 1.12.8.

60 m. PLAT FETE: 1. Z. Manolescu (Vict.) 8.8; 2. N. Grozoiu (Vict.) 8.0; 3. M. Bădărcea (Vict.) 9.2.

INALȚIME JUNIORI: 1. V. Ludu (Venus) 1.72; 2. St. Ionescu (Venus) 1.55; 3. I. Toth (Venus) 1.50; 4. V. Dumitrescu (CFR.) 1.50.

INALȚIME SENIORI: 1. St. Ciaclani (Venus 1.60; 2. N. Gurău (V. D.) 1.55; 3. D. Negru (V. D.) 1.50.

100 m. PLAT JUNIORI SERII: 1. A. Cristea (Venus) 11.3; 2. V. Ludu (Venus 11.4; 3. S. Ionescu (Venus) 11.6.

100 m. PLAT SERIA II: 1. Hidișanu (Venus) 12; 2. Drăgnescu (Venus) 12; 3. Frigău (V. D.) 12.1.

400 m. PLAT JUNIORI: 1. Al. Stelorian (V. D.) 54.6; 2. D. Măruntu (Venus) 3. F. Garay (V. D.) 56.5.

5000 m. PLAT JUNIORI: 1. G. Geodiriu (Vict.) 16.54 record național; 2. Șerbănescu (Vict.) 18.10.6; 3. G. Tănase (Leonida) 19.37-8; 4. Niculescu (V. D.) 19.50.6.

5000 m. PLAT SENIORI: 1. Burcescu (Venus) 17.104; 2. Dinescu (V. D.) 17.42; 3. Achim (Venus) 17.44.

DISC JUNIORI: 1. V. Gușacov (V. D.) 33.82; 2. I. Toth (Venus) 32.76; 3. Ghimbău (V. D.) 27.93.

ARUNCAREA DISCULUI SENIORI: 1. P. Havaleț (Metrop.) 45.45; 2. N. Gurău (V. D.) 40.16; 3. St. Ciaclani (Venus) 34.74.

ARUNCAREA DISCULUI FETE: 1. Leni Teodorescu (Venus) 18.60.

PRAJINA JUNIORI: 1. Clement Baciu (Venus) 3 rec. reg.; 2. C. Săndulescu (Venus) 2,80.

PRAJINA SENIORI: 1. N. Gurău (V. D.) 2.60.

200 m. PLAT FINALA JUNIORI: 1. A. Cristea (Venus) 22,9; 2. Mihăescu (V. D.) 23.6; 3. C. Munteanu (St. R. 26.5.

LUNGIME JUNIORI: 1. P. Hidișanu (Venus) 6,05; 2. I. Roșianu (Venus) 6.00; 3. I. Simu (Venus) 5.85.

LUNGIME SENIORI: 1. St. Ciaclani (Venus) 6,37; 2. L. Boranda (St. R.) 6.36; 3. N. Gurău (V. D.) 5.77.

800 m. PLAT JUNIORI 1. V. Contz (Venus) 2.11.9; 2. N. Sucitu (V. D.) 21.14.1; 3. I. Paior (Venus) 2.16.

100 m. PLAT FINALA JUNIORI: 1. A. Cristea (Venus) 11.4; 2. Hidișanu (Venus) 11.4; 3. V. Ludu (Venus) 11.4; 4. Orăgănescu (Venus) 11.4; 5. St. Ionescu (Venus) 11.5.

LUNGIME FETE: 1. L. Teodorescu (Venus) 4.34; 2. D. Plăvițescu (Venus) 3.78.

2000 m. PLAT BATRANI: 1. N. Cucu (V. D.) 7.23.6; 2. I. C. Petrescu (Vict.) 7.28; 3. V. Dinescu 54 ani (V. D.) 9.85.

SULIȚA SENIORI: 1. E. Havaleț (Metrop.) 40.70; 2. N. Gurău (V. D.) 32.70.

SULIȚA JUNIORI: 1. Micșunescu (Venus) 36.70; 2. Ștefănescu (St. R.) 32; 3. C. Baciu (Venus) 30.40.

TRIPLU SALT JUNIORI: 1. T. Oprea (Venus) 12.29; 2. I. Simu (Venus) 11.90; 3. S. Popescu (St. R.) 11.40.

TRIPLU SALT SENIORI: 1. L. Boranda (St. R.) 11.75; 2. Serbacov (V. D.) 10.83.

MARȘ

Vasile Firea a cucerit trei titluri!

Campion regional pe 5 km, 10 km și 1 oră!

Vasilescu C-tin, un Firea al juniorilor

Campionatele regionale disputate eri dimineață la ANEF, au însemnat un succes în plus pentru Comisia de Marș.

Cincisprezece concurenți — seniori și nouă juniori — s'au prezentat la start pentru a-și disputa titlul de campion regional.

E cazul să semnalăm că d. Eugen Stoian, președintele Comisiei de Marș a fost prezent pe teren la ora 7 dim. însoțit de d. Constantin Leoveanu, care a îndeplinit și funcția de cronometror al probelor.

DESFAȘURAREA CURSEI

La ora 7.30 punct starterul a dat semnalul plecării — în ciuda celorlalți mărșăluitori, cari obișnuiți cu «punctualitatea» anilor trecuți, abia acum veniseră la start.

Plutonul celor 15, e condus de către *Ciobanu Dumitriu* (St. R.) care lasă impresia că vrea să câștige campionatul pe 5 km. Firea îl urmează de aproape talonat de Vasilescu C-tin (L.) și Teodosiu Vasile (Venus).

Primii 500 m. sunt parcurși de Ciobanu în 2.13 m., urmează Firea cu 2.13 m., și Vasilescu — această mare revelație — cu același timp.

La 1000 m. tot Ciobanu conduce cu 4,40 m. urmat de Teodosiu cu 4,53 m. și Firea 4,10 m.

La 1500 m. găsim în fruntea plutonului pe același Ciobanu — într'o vervă extraordinară — cu 7,12 m., în spate cu Teodosiu cu 7,32 m. și Firea la 7,33 m.

La 2000 m. Ciobanu are excelentul 9,52 m., urmat de.. Firea care vrea să ia conducerea.

La 2500 m. Firea e în capul plutonului cu 12,30 m. urmat de Ciobanu cu un minut mai în urmă.

La 2800 m. Teodosiu îl întrece pe Ciobanu, iar la 3000 m. situația e următoarea:

Firea 10.01 m.

Teodosiu 15.02.

La controlul celor 3500 m., Firea trece în timpul de 17,32 m. urmat de același Teodosiu în 17,33 m. In urmă Ciobanu vine urmat de Vasilescu.

Primii 4000 m. sunt parcurși de Firea în 20.07 m., iar de Teodosiu în 20.17 m.

Startul celor 5 km. —primul start al campionatelor — e trecut de Firea la 22,44 m. dela plecare. Urmează Teodosiu cu 23,07 m. urmat de Ciobanu. Primul junior care trece pe la punctul de control al celor 5 km. e Vasilescu C-tin (L.) care cucerește astfel titlul de campion regional.

Deși o primă parte a cursei s'a terminat, concurenții merg mai departe, cu o singură țintă: campionatul pe 10 km.

La 6000 m. Firea înregistrează timpul de 30,36 m. iar Teodosiu 31,47 m.

La 7000 m. cronometrul înregistrează 35,48 m. pentru Firea și 37,39 pentru Teodosiu, care a reușit să se debaraseze complect de Ciobanu.

La 8000 m. Firea are la activ 41.01 m. iar Teodosiu 43,13. E cazul să spunem că Firea a dublat toți concurenții, dovedind încăodată — mai era nevoe? — că e imbatabil la noi în țară.

Firea parcurge în 46,13 m., 9000 m., urmat de Teodosiu cu timpul de 48,45 m.

Intr'o formă excepțională, leaderul trece linia de sosire a celor 10 km. în 51,23 m. urmat de același, veșnic blond și în vervă, Teodosiu cu timpul de 54,04 m.

O. Pyk.

Clasamentul pe 5 km

SENIORI

1. Vasile Firea (St. R.) 25.20 m.
2. Teodosiu Vasile (Venus) 26.02.
3. Ciobanu D-tru (St. R.) 26,08 m.
4. Ruță Nicolae (CFR) 27,27 m.
5. Stekel Șt. (CFR) 27,35 m.
6. Stoica Ion (St. R.) 27,36 m.
7. Amorțitu D-tru (St. R.)
8. Ioniță C-tin (Poliția)

JUNIORI

1. Vasilescu C-tin (Leonida) 26,38
2. Beza (CFR) 27,01 m.
3. Manu Lieurg (CFR)
4. Iorgulescu Mihail (Venus).

CLASAMENT PE 10 KM.

SENIORI

1. Firea Vasile (St. R.) 51.23 m.
2. Teodosiu Vasile (Venus) 54,04
3. Ciobanu D-tru (St. R.)
4. Ruță Nicolae (CFR)
5. Stekel Ștefan (CFR)
6. Amorțitu D-tru (St. R.)

JUNIORI

1. Vasilescu C-tin (L.) 56,30 m.
2. Beza (CFR) 56,42 m.
3. Manu Lieurg (CFR)
4. Iorgulescu Mihail (Venus)

CLASAMENTUL CURSEI DE O ORA

1. Firea Vasile (St. R.) 11,650 km.
2. Teodosiu Vasile (Venus) 11,100 km.
3. Ciobaru D-tru (St. R.) 11,050 km
4. Vasilescu C-tin (L.) 10,800 km.

CATEVA DECLARAȚII:

VASILE FIREA: «Sunt mulțumit de timpul pe care l-am realizat și pe care sper să-l îmbunătățesc în viitoarele probe».

TEODOSIU VASILE: «Cursa pe pistă a fost un prilej minunat pentru evidențierea celor ce merg cinstit. Observați locul pe care îl ocup în clasament și... trageți concluzia».

CIOBANU D-TRU: «Am pornit prea repede. Voiam să-l depășesc pe vulpoiul ăsta bătrân, care e Firea, dar nu s'a putut. Sunt însă și așa destul de mulțumit de locul pe care îl ocup în clasament».

VASILESCU C-TIN: Cuvintele prin care «Gazeta Sporturilor» m'a încurajat în repetate rânduri, m'au făcut să mă antrenez cu multă sârguință și să mă prezint la startul probei de azi, în cea mai bună formă. Iată-mă deci, la a patra probă din carieră cucerind titlul de campion regional juniori pe 5 și 10 km.».

BOX

Rezultatele reuniunii de box de eri din grădina „Martac"

Reuniunea amatoare de box de eri după amiază din grădina «Martac» a dovedit din plin că publicul vine încă într'un număr destul de mare la manifestațiile pugilistice.

Iată rezultatele obținute:

Gh. Florea (M. D.) câștigă te în fața lui **Nic. Rusu** (Gloria C. F. R.).

Gh. Enciu (M. D.) termină la egalitate cu **Vasile Florescu** (M. D.)

Anton Stein (M. D.) face match nul cu **Gh. Cojocaru** (J. C.)

Toma Petre (M. D.) face match nul cu **Aurel Jercan** (Gloria C. F.R.)

Titi Stoenescu (M. D.) învinge la puncte pe **Marin Moscu** (Gloria C. F. R.)

Vasile Boanță (Gloria C. F. R.) face match nul cu **Petre Ionescu** (Turda).

Vasile Constantinescu-Martac (M. D.) îl învinge la puncte pe **Mayer** (Gloria C. F. R.)

După terminarea partidelor maestrul sălii, Mielu Doculescu a făcut câte o exhibiție cu campionul României la categoria «muscă» Dumitru Panaitescu și cu amatorul Anghel Dragomir.

Bani găsiți
600—1300, oferim. Costum, Palton uzat.
Telefonați: 5.55.97. Viu domiciliu.

C.F.R. a făcut joc egal cu Viforul Dacia: 2-2, în campionatul de polo pe apă

La pauză, feroviarii conduceau cu 2-0

Campionatul de polo pe apă ne-a furnizat eri o mare surpriză: echipa C. F. R. învinsă în ajun de Metropola, la rândul ei învinsă de Viforul Dacia a isbutit să facă 2-2 cu echipa campionilor naționali, după ce a condus cu 2-0.

Este fără îndoială un rezultat la care nu se aștepta nimeni, căci formația feroviară nu deținea cea mai bună formă, în vreme ce viforiștii păreau imbatabili în acest an. Dealtfel eri nu lipsea mult ca galbenii să cedeze pasul. A fost nevoie să depună un efort foarte mare ca să egaleze situația creiată în prima parte a jocului de faimoșii ceferiști.

Rezultatul obținut eri de feroviari poate fi socotit drept o mare performanță. In orice caz, rezultatul ne arată că echipa galbenilor nu este singura formație capabilă să reprezinte regiunea, iar rivalitatea creiată eri va fi numai în folosul jocului de polo pe apă.

Punctele C. F. R.-ului au fost marcate de Satmari și Țapu.

Viforiștii au egalat prin Fischer și Mitoșeriu.

D-lui Paul Stroescu i s'au aliniat următoarele formații:

VIFORUL DACIA: Krantz, Goldmann, Barna, Lewitta, Fischer, Mitoșeriu și Russu.

C. F. R.: Iacobini, Radu Grigore, Vasiliu, Satmari, Vasiliu, Mailcă, Țapu și Bilkei.